



こんにちは。当組合監事の松川浩也と申します。

新しい年を迎えて早1ヶ月。昨年に腰椎椎間板ヘルニアの診断を受け、今年から計画としていた毎日のストレッチも2週間で終了してしまっています。それぞれ目標や計画があると思われませんが、コツコツと毎日の積み重ねを大切に取組んでいきましょう（僕も再チャレンジします）

沖縄は寒くなったと思ったら、最近では真夏日みたいに暑い日も続いています。くれぐれも体調管理は自身でもしっかり行い、楽しい日々を送っていきましょう♪

今後ともよろしくお願ひいたします。



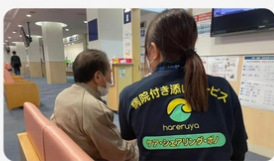
産業ケアマネの取り組み～M社長の場合～

前回（R6年1月号）では、産業ケアマネが提供するサービスについて紹介しました。今回は、実際に家族介護に直面した社員さんに対し、どのようなサポートしたかをお伝えします😊

社内で重要なポジションを任されていたIさん（50代、男性）は婚姻歴の無い叔父さんの介護に直面していました。しかし、叔父さんは介護認定を受けておらず使える制度に限界が…。制度に繋がるまでのこの微妙なラインで苦悩する人が多くいます。産業ケアマネとして具体的にヒヤリングし、介護保険外サービスを活用しながら、現在は無事に介護認定を受け、Iさんも仕事との両立ができています。何が分からないのかさえも分からない介護初期。誰に相談するかは大事ですね



個別面談



介護保険外サービスの活用



（記事：大城）

「仕事と介護の両立に関するアンケートから」

仕事と介護の両立に関するアンケートを契約企業様に実施して頂き、各企業様の結果集計を行う中で、業種や働く世代によっても、働き方への意向や「介護」に対する現時点での意識、思い等が様々だなぁ。と改めて実感しています。

その中で「介護に関する不安」に関しては、多くの企業様が「介護保険制度に関する仕組みがわからない」や「介護がいつまで続くかわからず、将来の見通しが立てにくい」、「両立する仕組みがわからない」との回答が多くあり、その他にも「介護にかかる費用がどのくらいかわからない」や「自分が介護休業を取得すると収入が減ること」等の金銭面での不安も多く回答がありました。「介護=お金がとてめにかかる」「介護=身内の事なので自分でやるのが当たり前」等の声を時折耳にしますが、必ずしもそうではないと私は思います。

望まない介護離職を防ぐ為にも、是非早い段階から会社への相談や私達組合への相談を行って頂き選択肢を増やして、不安を和らげたらと思います。お気軽に声掛け下さい♪

（記事：松川）

ヤングケアラーについて（前号続き）

ヤングケアラーは自らsosを出すことが難しいので、大人の気づき、声掛けが支援開始の入り口となります。

ですが、簡単に声をかけられるものではありません。「ヤングケアラー」であることを、子どもや保護者等が認識していないことを考慮した対応も必要です。様々な家庭環境があるので、慎重に声をかける必要があります。

「がんばっているね～」などの声掛けは、ケアの行動を強化し兼ねないので安易に褒めない（子どもの年齢を考慮する）継続的なメンタル面のサポートも必要です。自己判断のみではなく、専門の方への相談も行うとよいでしょう。

市町村の相談窓口へ問い合わせをしてみるのも一つの手段だと思います。

今後各市町村にヤングケアラーコーディネーターが配置される予定ですが、現在は福祉課等で相談受付ができます。



（記事：中山）

介護ワンポイントアドバイス②

「～ゆんたくをしよう～」

日々の生活の中で介護に関することに役立つ視点をシリーズ 今回の介護ワンポイントアドバイスは「～ゆんたくしよう～」

先日、ある家族介護中の女性から相談をうけました。「中松さん、実は聞きたかったことが…」と質問された内容に答えると「じゃあ、こんな時は…」と次の質問へ。また答えると、「前にこんなことがあって…」とまあ、こんな感じで30分。要するに、普段「誰に聞いたらいいの」「友達には話せない」など、思いを抱え込む方が多いんです。一般的に男性は他者に悩み事を相談する事が苦手というデータもあります。思っている以上に同じ境遇の方、悩んでいる方がいます。ぜひ、ゆんたくで『介護』を話題にしてみましょう。

話をしてみるとスッキリ！なんてこともあります👍
何気ない「ゆんたく」に救われる人がいるかも♪

（記事：中松）

